

Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego

10/10/2018

10/10/2018

10 października obchodzimy **Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego**. Jego celem jest zwrócenie uwagi na dbałość o zdrowie psychiczne, pomoc osobom chorym z naszego otoczenia, poprawę opieki medycznej nad chorymi psychicznie i na wszystkie inne sprawy dotyczące zaburzeń psychicznych.

Według WHO połowa wszystkich chorób psychicznych rozpoczyna się w wieku 14 lat, przy czym większość przypadków pozostaje niewykryta i nieleczona.

WHO podkreśla, że zapobieganie zaburzeniom psychicznym zaczyna się od świadomości i lepszego zrozumienia wczesnych objawów ostrzegawczych i symptomów choroby psychicznej. Rodzice i nauczyciele mogą pomóc w budowaniu umiejętności życiowych dzieci i młodzieży, aby pomóc im radzić sobie z codziennymi wyzwaniami w domu i szkole. Można zrobić naprawdę wiele, aby pomóc w budowaniu odporności psychicznej.

SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO ZAPRASZA:

Dorośli mieszkańcy województwa do udziału w bezpłatnych **warsztatach psychologicznych**. Na warsztatach będzie można pogłębić wiedzę o emocjach, rozwinąć umiejętności komunikacyjne, dowiedzieć się więcej o stresie i wzmocnić poczucie własnej wartości. Zapisy odbywają się w następujących podmiotach:


- NEOMEDICAL – warsztaty: ul. Niezapominajki 15, Łódź, tel. (42) 612-13-90 lub (42) 612-13-91
- Fundacja Koło Gospodyń Miejskich w Zgierzu – warsztaty: Miejsko-Powiatowa Biblioteka Publiczna im. B. Prusa w Zgierzu, ul. Długa 29 a., tel. 501-601-714, e-mail: kologospodynmijskichzgierz@wp.pl
- Centrum Praw Kobiet, Oddział w Łodzi – warsztaty: ul. Piotrkowska 115, Łódź, tel. (42) 633-34-11, 736-608-493
- Fundacja Prospołeczna Poducha, ul. Szpitalna 9/11, Łódź, tel. 691-063-879, 602-689-234
- NZOZ „MOŻ-MED.” sp. j. Możdżan – warsztaty: ul. Miła 27, Poddębice, tel. (43) 678-98-99
- Niepubliczna Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna – warsztaty: ul. Wyszyńskiego 11, Kutno, tel. 721-596-221, 667-238-866

Z kolei **dzieci w wieku 11-13 lat** zaprasza na **konsultacje z psychologiem lub lekarzem specjalistą psychiatrii dziecięcej** (do dwóch konsultacji) oraz **warsztaty**, podczas których dzieci wzmocnią poczucie własnej wartości, dowiedzą się jak sobie radzić ze stresem, jak nazywać i wyrażać uczucia oraz jak budować relacje społeczne. Zapisy jeszcze trwają w Gabinetce Lekarskim p. Dominika Obzejty w Łodzi, tel. 690 492 655, kontakt@dominikobzejta.pl.

 [mhd_girl_optimistic_en_web.jpg](#) [1]

Ocena:

Jeszcze nie zagłosowałeś

Projekt i wykonanie:  edirect

Linki:

[1] https://zdrowie.lodzkie.pl/sites/default/files/news/images/mhd_girl_optimistic_en_web.jpg

2011-2019 © **Województwo Łódzkie**

Zdrowie Łódzkie

Regionalny Serwis Informacyjny

Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego

Opublikowano na Zdrowie Łódzkie (<https://zdrowie.lodzkie.pl>)
